

PENCEGAHAN PENYAKIT COVID-19 DI DESA PASIRMUKTI

Ermi Abriyani¹, Yuliana², Indri Nur Ulfah³

¹Farmasi, Universitas Buana Perjuangan, Karawang

²Teknik Industri, Universitas Buana Perjuangan, Karawang

³Manajemen, Universitas Buana Perjuangan, Karawang

ermi.abriyani@ubpkarawang.ac.id

ABSTRAK

Telah dilakukannya penelitian secara kualitatif dan berupa observasi terhadap pencegahan penyakit Covid-19 atau corona virus disease-19 di Desa Pasirmukti. Virus corona atau covid-19 merupakan virus yang disebabkan oleh virus SARS-CoV-2 yang bersifat sangat infeksius. Sejauh ini belum ada obat terapi yang tepat yang digunakan sebagai pengobatan. Sehingga dalam meminimalisir penyebarannya diantisipasi dengan melakukan pencegahan diantaranya PSBB (Pembatasan sosial berskala besar), perilaku hidup sehat dengan cara memakan makanan yang bersizi dan seimbang sebagai peningkatan imunitas tubuh dan pembiasaan hidup bersih. Pembiasaan hidup bersih di lakukan dengan memakai masker dalam setiap kegiatan, mencuci tangan dengan sabuan atau memakai hand sanitizer, meningkatkan kebersihan pada fasilitas umum. Pencegahan ini diterapkan desa Pasirmukti dikarenakan banyaknya kegiatan yang dilakukan secara bersama dan gotong royong demi mencapai pembangunan desa yang berkelanjutan.

Kata Kunci; pencegahan covid-19, PSBB, masker, *hand sanitizer*

ABSTRACT

The research by qualitative and observative toward preventive CoVid-19 at Pasirmukti village was done. The coronavirus or CoVid-19 is caused by a SARS-CoV-2 virus which is infectious. There is no treatment as therapy healing until now. So that in the anticipation of taking preventive measures to minimize their distribution is of the large scale social restriction, healthy life as well as in consuming manner nutritious food and well proportioned as increasing immunity the body and to live cleanly. Live cleanly by wear masks in any activity and always washing hands or wearing hand sanitizer, improve hygiene in public facilities. Prevention is applied at PasirMukti village due to the existence of any activity by cooperation and to reach sustainable rural development.

Keywords; preventive of covid-19, the large scale of social restriction, masks, *hand sanitizer*

PENDAHULUAN

Virus corona atau corona virus disease (CoVID-19) merupakan suatu penyakit yang sangat infeksius yang disebabkan oleh virus SARS-CoV-2. Virus ini pertama kali terjangkit di Wuhan, Cina sekitar Desember 2019. Berdasarkan data WHO lebih dari 180 negara di dunia sudah terjangkit oleh virus ini (WHO, 2019). Setiap negara hanya bisa melakukan pencegahan dalam meminimalisir penderita dari covid-19 ini. Pencegahan yang sudah dilakukan oleh beberapa negara adalah melakukan *lock down* atau membatasi sosial berskala besar (PSBB) yang memberikan berbagai efek.

Desa Pasirmukti merupakan salah satu desa yang memiliki sumber daya alam yang menitikberatkan dalam hal pertanian. Sehingga dalam pengolahannya juga membutuhkan sumber daya manusia yang baik yang didukung dengan kesehatan bagus. Dalam menjalankan kegiatan di desa ini dan dengan adanya penyebaran penyakit yang disebabkan oleh virus baru yakni virus corona sehingga perlu diambil langkah penting agar masyarakat desa Pasirmukti dapat meminimalisir penyebaran dari virus ini. Langkah penting yang dapat dilakukan adalah pencegahan terhadap penyebaran dan keterpaparan dari penyakit yang disebabkan oleh virus corona.

Berdasarkan dari banyaknya kegiatan dalam mendukung tercapainya masyarakat dan pembangunan yang berkelanjutan di Desa pasirmukti di masa pandemi ini, sehingga perlu penelitian dalam melakukan pencegahan terhadap covid-19 di desa Pasirmukti ini. Bagaimana dan apa yang perlu dilakukan dalam pencegahan agar kegiatan masyarakat berjalan dengan baik seperti biasanya.

METODE PENELITIAN

Adapun metode penelitian yang dilakukan adalah sebagai berikut:

Jenis Penelitian

Jenis penelitian kualitatif pengumpulan data berdasarkan observasi.

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Bulan Agustus 2020 di Kantor Desa dan wilayah Desa Pasir Mukti

Target/Subjek Penelitian

Target atau subjek penelitian adalah aparat dan masyarakat Desa Pasir Mukti yang menggunakan masker dan hand sanitizer.

Prosedur Penelitian

Prosedur yang dilakukan dalam penelitian ini kualitatif, pengumpulan data secara observasi dalam menjaga Kesehatan dengan menggunakan instrument tersebut kemudian dibandingkan dengan jurnal dan artikel yang terkait dengan penelitian

Data, Instrumen, dan Teknik Pengumpulan Data

Data kualitatif, Instrumen masker dan hand sanitizer, teknik pengumpulan data adalah dengan cara observasi dalam setiap ada kegiatan yang menuntut harus berkumpul dalam suatu forum, dan apakah dalam satu bulan ini aparat dalam berkegiatan menggunakan masker dan hand sanitizer atau mencuci tangan untuk menjaga kesehatan.

Teknik Analisis Data

Permasalahan yang utama pada penelitian ini tidak lain adalah pencegahan penyebaran Covid-19, teknik analisis data adalah observatif membandingkan dengan literatur artikel atau jurnal terkait.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Potensi sumberdaya alam yang terdapat di Desa Pasir Mukti adalah luas melintangnya area persawahan di daerah tersebut yang luasnya 300 Ha. Hasil panennya dijual di dalam dan luar kabupaten karawang yang dapat dipanen sebanyak lebih kurang 7 ton. Tingginya sikap gootng royong dari msyarakat Desa Pasir mukti seperti yang terlihat pada gambar 1 dan 2 di bawah ini.



Gambar 1. Masyarakat desa yang menjadi buruh tani

Bukti dari tingginya ras gootng royong di daerah ini ditunjukkan dalam mengrjakan sawah secara bersama-sama. Untuk meningkatkan hasil panen para msyaraket desa tersebut memiliki tradisi Kalagumarang seperti yang terlihat pada gambar 2. Tradisi Kalagumarang dilakukan pada saat memulai musim penanaman padi, kegiatan ini dilakukan dengan bertujuan untuk menghilangkan hama – hama yang dapat merusak tanaman padi seperti tikus dan serangga lainnya. Kegiatan ini juga dapat mempererat kekompakan serta kerjasama antar petani, buruh tani serta masyarakat Desa Pasirmukti.



Gambar 2. Tradisi Kalagumarang



Gambar 3. Bangunan Sekolah

Dalam mendukung adanya potensi Sumber daya manusia yang secara dasar juga terdapat bangunan sekolah. Ini menunjukkan desa ini memang mendukung masyarakatnya untuk melek dalam hal Pendidikan. Dalam membangun suatu desa secara berkelanjutan Desa Pasirmukti juga sadar akan pentingnya Kesehatan bagi warganya. ini di buktikan adanya dan aktifnya kegiatan posyandu. Kegiatan ini menyokong agar sumber daya manusia yang dimiliki desa ini dapat menyokong pembangunan berkelanjutan.

Merebaknya pandemic covid-19 dan sadarnya arti penting Kesehatan bagi masyarakat desa Pasirmukti membuat warga dapat dengan mudah memahami pentingnya menjaga Kesehatan. Pimpinan Desa pasirmukti pun juga memberikan pemahaman dengan mudah terhadap warganya dalam melindungi dan meminimalisir warga masyarakatnya agar Kesehatan warga masyarakat tetap terjaga. Salah satu yang dilakukan oleh Lurah Desa tersebut adalah menyediakan dapur umum seperti gambar 3 dibawah ini disaat adanya PSBB (Pembatasan social berskala besar) dalam meminimalisir merebaknya Penyakit ini yang di putuskan oleh pemerintah daerah.



Gambar 4. Dapur umum desa Pasirmukti

Lurah Desa pasirmukti juga memfasilitasi alat kebersihan masjid sebagai tempat fasilitas umum dan membagikan masker dan hand sanitizer bagi warga sebagai pencegahan terhadap merebaknya penyakit ini. Hand sanitizer yang digunakan disini telah mengikuti sesuai dengan anjuran dari WHO dalam memutus mata rantai pennebaran dari covid-19, yakni 70%.



Gambar 5. Anggota KKN Desa Pasirmukti



Gambar 6. Penyerahan hand sanitizer



Gambar 7. Penyerahan Masker

Pentingnya pencegahan dari dari keterpaparan terhadap virus corona ini disebabkan karena belum adanya obat yang pasti dan pas untuk penyakit ini. Virus corona merupakan mikroorganisme yang 75 -90 % memiliki kemiripan struktur dengan SAR-CoV. Virus corona ini akan inaktif jika terkena sinar ultraviolet dan suhu tinggi serta disinfektan yang bersifat lipofil (larut lemak) yaitu : eter, etanol, klorin, asam peroksi asetat dan kloroform (Chen Y, Liu Q, Guo D, 2020). Namun virus ini akan berkembang pada tubuh manusia dengan masa inkubasi 3 sampai dengan 14 hari. Jika imunitas manusianya cukup kuat maka virus ini dapat mati dengan sendirinya (Li Q, Guan X, Wu P, Wang X, Zhou L, Tong Y, dkk, 2020). Pencegahan dapat berupa perilaku hidup sehat dengan pola makan seimbang untuk meningkatkan imun tubuh, berperilaku hidup bersih.

Pencegahan diperlukan dalam dengan cara memutus rantai penularan Covid-19 adalah dengan menjaga kebersihan dengan membunuh virus Covid-19 sebelum menginfeksi manusia. Berbagai cara diantaranya adalah menggunakan antiseptik untuk membasuh tangan dan bagian tubuh, dan disinfektan yang disemprotkan atau diusapkan pada berbagai benda mati yang mungkin terpapar virus. Virus Covid-19 diketahui memiliki lapisan dinding virus yang tersusun dari amplop lipoprotein yang membungkus RNA di bagian dalamnya. Agar virus ini bisa mati, maka dibutuhkan bahan yang mampu merusak amplop dan material di dalamnya. Amplop ini tidak bisa dihancurkan dengan air saja, sehingga perlu bahan lain yaitu alkohol atau surfaktan (yang banyak dipahami oleh masyarakat sebagai sabun) sesuai saran WHO. Pemahaman dalam pemakaian desinfektan dalam kehidupan sehari-hari seperti mekanisme dan efek berikut ini.

Mekanisme dan efek dari desinfektan yang biasa digunakan

Di bawah ini akan dikaji mekanisme dan efek dari beberapa disinfektan yang sering digunakan, yaitu etanol, sodium hipoklorit, hidrogen peroksida, ammonium kuarternar, dan sebagainyasesuia dengan tutunan pemakaian desinfaksi dan daftar disinfektan yang digunakan. Pemahaman ini diperlukan sebagai acuan dalam pemakaian dalam kehidupan sehari-hari.

Etanol dengan konsentrasi minimal 60% sudah diketahui dapat melarutkan bagian lipid atau lemak dari dinding virus sehingga virus akan rusak. Karena etanol juga mampu larut dengan air, maka sangat menguntungkan karena dapat melarutkan virus yang amplopnya bersifat larut air (*non-lipophilic virus*). Bahan golongan klorin (contohnya klorin dioksida, sodium hipoklorit, asam hipoklorit) dapat membunuh virus dengan jalan masuk menembus dinding virus dan akan merusak bagian dalam virus. Klorin adalah cairan/bahan yang mudah menguap, sehingga memiliki risiko mengganggu pernafasan bila terhirup dan menimbulkan

sesak nafas sampai iritasi paru-paru, sesuai banyaknya klorin yang terhirup. Benzalkonium klorida, salah satu golongan surfaktan kationik yang saat ini banyak digunakan pada cairan disinfektan, juga mampu merusak dinding virus. Apabila terhirup juga dapat menimbulkan bahaya dalam pernafasan dan beberapa orang dapat mengalami reaksi alergi atau kambuhnya asma. Hidrogen peroksida (H_2O_2) merupakan senyawa oksidator kuat yang dapat merusak dinding virus dan mampu merusak material di dalamnya. Penggunaan hidrogen peroksida secara berlebihan akan menyebabkan iritasi hingga rusaknya kulit. Penggunaan bersama-sama antara hidrogen peroksida (1%) dengan *peracetic acid* (0,08%) juga efektif untuk merusak dinding virus.

Pencegahan dalam peningkatan imunitas tubuh

Selain itu pencegahan juga dapat dilakukan dalam hal peningkatan imunitas tubuh. Salah satu zat yang dapat meningkatkan daya tahan tubuh adalah vitamin C. Zat ini mudah ditemukan di dalam buah yang sering kita konsumsi. Beberapa contoh buah yang dapat kita konsumsi untuk menjaga daya tahan tubuh antara lain buah jambu biji, pepaya, tomat, stroberi, jeruk, kiwi, paprika dan brokoli (*FDA Daily Values Guidelines*). Selain vitamin C, beberapa buah juga menjadi sumber vitamin E. Manfaat vitamin E antara lain sebagai antioksidan dan menjaga organ-organ pencernaan. Alpukat, mangga, jambu biji, pepaya, dan tomat adalah contoh sumber penghasil vitamin E yang mudah kita peroleh (13). Selain buah, beberapa sayuran juga menjadi penghasil vitamin E, seperti bayam, brokoli, paprika, labu, dan wortel. Zat lain yang tidak kalah penting manfaatnya adalah pro vitamin D. Dalam masa tanggap darurat ini pro vitamin D penting untuk mengurangi risiko stres. Jamur tiram, jamur kancing, susu sapi, susu kedelai adalah beberapa contoh sumber penghasil pro vitamin D yang penting bagi tubuh. Pro vitamin D akan memberikan efek sebagai senyawa yang mampu meningkatkan system imun tubuh jika sudah berbentuk vitamin D, proses ini memerlukan paparan sinar UV dari sinar matahari utamanya UVB. Oleh karena itu perlu berjemur di pagi hari atau sore hari selama setidaknya 15 menit setiap hari. Perlu diperhatikan konsumsi bahan-bahan makanan ini harus sebanyak 2-5 porsi dalam sehari sesuai anjuran dari Kementrian kesehatan

Disamping itu pencegahan terhadap penyakit covid -19 adalah dengan menghindari menyentuh area muka, jika batuk dan bersin ditutupi dengan lengan atas atau sapu tangan, hindari kerumunan dan menerapkan pola hidup bersih dan sehat (PHBS)/ gerakan masyarakat hidup sehat (GERMAS). Makan dengan gizi seimbang adalah makanan empat sehat lima sempurna dengan porsi sayur dan buah 2-5 porsi dalam sehari merupakan upaya untuk mempertahankan daya tahan tubuh melawan infeksi Covid-19 (Kementrian kesehatan, 2020).

KESIMPULAN DAN IMPLIKASI

Berdasarkan dari hasil dan pembahasan yang juga di bandingkan dengan literatur atau artikel yang terkait dapat disimpulkan bahwa:

1. Pencegahan terhadap penyakit covid-19 di desa Pasir mukti diawal masa pendemi adalah diberlakukannya PSBB (pembatasan sosial berskala besar), dan memberikan fasilitas dapur umum sebagai bantuan dalam meringankan kebutuhan sehari-hari warganya yang terimimbas di masa PSBB tersebut.
2. Pencegahan juga tampak teraplikasi dengan sudah mefasilitasi fasilitas umum dengan alat kebersihan yang memakai desinfektan serta juga membiasakan memakai masker dan membiasakan membersihkan tangan dengan sabun atau hand sanitizer.

Saran

Perlunya dilanjutkan penelitian kualitatif dan kuantitatif dengan pengolahan secara statistik mengenai perbandingan tingkat penularan dengan dan tanpa penggunaan masker dan membiasakan mencuci tangan atau handsanitizer agar data lebih akurat.

Daftar Pustaka

- World Health Organization. Available online: <https://www.who.int/news-room/commentaries/detail/modes-of-transmission-of-virus-causing-covid-19-implications-for-ipc-precaution-recommendations>.
- Chen Y, Liu Q, Guo D. Emerging coronaviruses: Genome structure, replication, and pathogenesis. *Med. Virol.* 2020 Apr;92(4):418-423.
- Li Q, Guan X, Wu P, Wang X, Zhou L, Tong Y, dkk. Early Transmission Dynamics in Wuhan, China, of Novel Coronavirus-Infected Pneumonia. *Engl. J. Med.* 2020 Jan 29
- Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat, 2020, *Panduan Pelaksanaan Kuliah Kerja Nyata (KKN) Online Universitas Buana Perjuangan Karawang*”.
- <https://www.epa.gov/pesticide-registration/list-n-disinfectants-use-against-sars-cov-2>
- <https://www.cdc.gov/infectioncontrol/guidelines/disinfection/disinfection-methods/chemical.html>
- Kementrian Kesehatan RI. Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Corona Virus Disease (COVID-19). 27 Maret 2020.